PATRIMONIO CULTURAL INTANGIBLE DE COREA

Ediciones en Lenguas Extranjeras
RPD de Corea
2026

PATRIMONIO CULTURAL INTANGIBLE DE COREA

Ediciones en Lenguas Extranjeras
RPD de Corea
2026

PRÓLOGO

El patrimonio cultural intangible son bienes espirituales creados por las generaciones precedentes de una nación y legados a las posteriores a lo largo de la historia.

En otras palabras, son haciendas hechas en el ámbito espiritual y cultural del hombre y transmitidas de continuo por la comunidad social, organizaciones e individuos, entre ellas costumbres tradicionales, los hábitos de vida, conocimientos y talentos considerados como parte de la cultura, así como sus medios y utensilios relacionados.

En cuanto a los objetos que refleja y sus características, el referido patriomonio se divide en tradiciones orales, costumbres y ceremonias sociales, hábitos de la vida laboral, comidas tradicionales, régimen de vida alimentaria, así como el arte, la artesanía y la medicina tradicionales.

Con respecto a la esfera y la región en que se practica el patrimonio, se divide en el patrimonio nacional y el regional.

En 2008 la República Popular Democrática de Corea se integró al Acuerdo Internacional por la Protección del Patrimonio Cultural Intangible de la UNESCO.

Gracias a los intercambios y la colaboración con esta organización mundial, el país contribuye al desarrollo sostenido del patrimonio y a la diversidad de la cultura de la humanidad.

El presente volumen describe parte del citado patrimonio del país.

ÍNDICE

TRADICIONES ORALES

Leyenda de Tangun ····· 6
Leyenda de Haemosu ····· 7
Leyenda de Jumong ····· 8
Leyenda del monte Chilbo ····· 9
Leyenda de la colina Moran ····· 9
Cuentos de Kim Son Dal, alias Pong-i ····· 10

COSTUMBRES Y CEREMONIAS SOCIALES Y
HÁBITOS DE LA VIDA LABORAL

Ceremonia en recordación de Tangun ····· 11
Vestimenta de los coreanos ····· 11
Celebración del Año Nuevo ····· 13
Festejo del *Jongwoldaeborum* ····· 14
Ceremonia del *Chusok* ····· 15
Festín del primer aniversario ····· 15
Kudul ····· 16
Servicio de mesa ····· 16
Sirum ····· 16
Comba ····· 17
Vuelo de la cometa ····· 18
Salto sobre el balancín ····· 18
Yut ····· 19
Tiro al arco ····· 19
Columpio ····· 20
Trineo ····· 21
Juego de volante ····· 22

Phungsan, perro nacional ····· 23
Hunminjongum ····· 23
Taekwondo ····· 24
Tejado al estilo coreano ····· 24

ARTE TRADICIONAL
Canción popular *Arirang* ····· 26
Canción popular *Campánula* ····· 26
Canción popular *Cántico Singosan* ····· 27
Baile con máscara de Pongsan ····· 27
Danza campesina de Yonbaek ····· 28
Danza folclórica *Tondolari* ····· 29
Esencia de la danza coreana ····· 29

COSTUMBRES DE LA COCINA TRADICIONAL Y
EL RÉGIMEN ALIMENTARIO
Kimchi ····· 30
Kuksu en caldo frío de Pyongyang ····· 31
Sinsollo ····· 32
Onban de Pyongyang ····· 33
Sopa de *tok* ····· 33
Pulgogi ····· 34
Jijim de lenteja verde ····· 34
Tongjijuk ····· 35
Arroz con marisco ····· 35
Sopa picante de *myongthae* ····· 36
Sungnyung ····· 37
Sopa de locha ····· 37
Jongol ····· 38

Kuksu de fécula de patata de Hamhung ····· 39
Sujonggwa ····· 39
Yakbap ····· 40
Jang ····· 40
Cuajada de soya ····· 40
Productos marinos en salmuera ····· 41
Licor *Tangun* ····· 42
Licor *Munbae* ····· 42
Licor *Riganggo* ····· 43
Licor *Kamhongro* ····· 43
Makkolli ····· 44

BORDADO Y OTRAS ARTESANÍAS TRADICIONALES

Pintura al estilo coreano ····· 45
Bordado tradicional ····· 45
Celadón de Coryo ····· 46
Artesanía de paja ····· 47
Artesanía de laca ····· 48

MEDICINA TRADICIONAL

Acupuntura ····· 49
Moxibustión ····· 49
Ventosa ····· 49
Limoterapia en el lago Sijung ····· 50
Balneoterapia de Kyongsong ····· 50

TRADICIONES ORALES

Leyenda de Tangun

Se trata principalmente del nacimiento de Tangun, fundador de Corea Antigua, primer Estado de la nación.

Su padre era Hwanung, hijo del dios Hwanin.

En los tiempos inmemoriales Hwanung que vivía en el reino celeste tenía la ambición de gobernar la Tierra. Al adivinar este propósito, su padre lo envió a ella y le dio tres *chonbuin* (talentos). Cuando descendió junto con 3 mil súbditos a la cumbre del monte Thabaek donde crecía el llamado Árbol Sagrado, Hwanung ordenó a los tres dioses encargados de la lluvia, la nube y el viento oficiar de más de 360 trabajos del hombre como el cultivo, el control de la enfermedad, el castigo, el discernimiento de la bondad y la maldad con el objetivo de dominar el mundo. En aquel entonces, un oso y un tigre que vivían en una misma cueva le rogaron que les ayudara a convertirse en seres humanos.

Hwanung les dio misteriosos ajos y artemisas y les dijo que podrían convertirse en ellos si se alimentaban de ellos durante cien días sin mirar el sol.

El tigre que no cumplió la promesa no pudo lograr el deseo, mientras que el oso que la cumplió se convirtió en la esposa de Hwanung y parió a Tangun.

Este se hizo el rey de un país con Pyongyang como capital y lo denominó Corea. Dicen que lo gobernó 1 500 años y retornó al reino celeste como semidiós.

El descubrimiento de sus restos en un mausoleo situado en el distrito de Kangdong y la verificación de sus años, demuestra que él no fue un ser mitológico sino un ser real y que la nación coreana tiene cinco mil años de historia.

Leyenda de Haemosu

Es uno de los mitos representativos del país.

Su protagonista Haemosu, hijo del dios del cielo, bajó a Puyo del Norte y fue su rey.

Montado en el coche tirado por cinco dragones y capaz de subir al cielo, bajar a la tierra y navegar en el mar, venía a la tierra por la mañana para regir el reino y al anochecer subía al cielo.

Un día salió a cazar y vio jugar en Chongha a las tres hijas de Habaek, dios del mar. Cautivado por ellas a primera vista, marcó líneas en el aire con el látigo para que a semejanza de ellas apareciera un magnífico palacio. Las tentó a jugar en él y tuvo relaciones con la primera hija Ryuhwa. Encolerizado por esta noticia Habaek le envió a un súbdito para reprochar su intento de casarse con su hija ignorando la etiqueta.

Muy avergonzado por su proceder, Haemosu se dirigió en su carruaje al país de Habaek, donde le solicitó competir las habilidades y luego de ganarlo contrajo el matrimonio con su hija observando la etiqueta.

Preocupado de que se entibiara el amor de Haemosu a su hija, Habaek lo hizo emborracharse, lo metió con Ryuhwa en una bolsa de

cuero, la montó en el coche de cinco dragones y lo hizo sumergirse en el mar. En medio del agua Haemosu despertó de su borrachera, rasgó la bolsa de cuero con el pasador de su esposa y subió solo al cielo.

Habaek incriminó a su hija por haber avergonzado a la familia y la arrojó al río Ubal. Afortunadamente, ella cayó en la red de un pescador y fue llevada a la casa de Kumwa, rey del Puyo del Este, donde puso un huevo y de este salió Ko Jumong.

Leyenda de Jumong

Esta narración de la edificación de Coguryo es protagonizada por Jumong, hijo de Haemosu y Ryuhwa.

Desde la niñez era muy fuerte y tiraba bien con el arco.

En Puyo se llamaba Jumong al buen arquero.

Kumwa, rey de Puyo del Este, tenía siete hijos, pero en el talento nadie superaba a Jumong. De tanto celo, ellos dijeron al rey que si no se eliminara a Jumong, esto acarrearía funestas consecuencias.

El rey decidió enviar a Jumong a pastar caballos para ponerlo a la prueba. Rencoroso, Jumong dijo a su madre Ryuhwa: Es indigno que yo, nieto del emperador celeste, paste caballos ajenos y preferiría morir a seguir viviendo. También le confesó su intención de construir un Estado en la región meridional. Enseguida, la madre fue a la caballeriza donde asustó con latigazos a los cuadrúpedos para seleccionar de ellos un corcel que saltó la valla con más de tres metros de altura y se lo dio a Jumong. Sin que nadie lo supiera, este clavó una aguja bajo la lengua del caballo.

Un día el rey fue a la granja. Se puso satisfecho viendo numerosos caballos fornidos y le regaló a Junmong el más flaco que no bebía ni pastaba debidamente. Cuando el rey se fue, Jumong le arrancó la aguja que llevaba debajo de la lengua y puso un cuidado especial en su alimentación.

Más tarde, su madre le dio los cereales y él partió sigilosamente del Puyo del Este con sus amigos. Los hijos del rey y los militares los persiguieron, pero no pudieron alcanzarlos. Jumong y sus compañeros cruzaron el río sin dificultad por la ayuda de los peces y tortugas, pero los perseguidores se hundieron en el agua al dispersarse los peces y tortugas que formaban el puente. Al llegar a un lugar llamado Jolbon, Jumong lo tuvo como capital del Estado que fundaría y que se denominaría Coguryo.

Leyenda del monte Chilbo

El monte Chilbo, que cuenta con un singular entorno natural y larga historia y cultura, es uno de los lugares más pintorescos del país.

Su nombre significa siete tesoros. Sus picos misteriosos, valles profundos, cascadas impetuosas, lagunas apacibles, fuentes termales inagotables, bosques tupidos, despeñaderos abruptos en la costa y las rocas de formas raras, conforman un paisaje espectacular.

El monte tiene otras denominaciones: *Kottongsan* (monte de flores) en la primavera; *Rogumsan* (monte de verdor) en el verano; *Hongasan* (monte de hojas enrojecidas) en el otoño; y *Solbaeksan* (monte de blanca nieve) en el invierno.

Por su larga historia, se transmiten muchas leyendas como su nacimiento desde un saco de tierra del creador del universo de talento misterioso, su emergencia desde el mar en reflejo del deseo de los lugareños de que su tierra natal se embelleciera y el amor de un soltero de la localidad con una hada, las cuales plasman la aspiración y la voluntad del pueblo de llevar una vida feliz.

Leyenda de la colina Moran

En la colina Moran, cuya forma misteriosa se asemeja a una flor de la peonía y su paisaje pintoresco se forma por los pinos verdes y las hermosas flores de todas las estaciones, hay muchas leyendas que datan de miles de años.

Ellas hablan de los pyongyaneses quienes con gran apego y orgullo de la colina Moran cultivaron el noble patriotismo y sentimientos.

El Barrio Hungbu cuenta sobre un manantial misterioso que contiene la belleza de la colina. *La origen del despeñadero Chongnyu* habla de un mozo de Pyongyang cuya bondad conmovió la naturaleza y la indujo a alzar ese imponente despeñadero. *El General Ulmil* se trata de un guerrero inteligente, valeroso y patriótico que defendió Pyongyang y la colina Moran. Y también hay un cuento sobre un paso en forma de media luna al pie del despeñadero Chongnyu, por el cual aun en invierno el transeúnte suda mucho y debe quitarse el abrigo.

Cuentos de Kim Son Dal, alias Pong-i

Datan de las postrimerías de la dinastía feudal con la región de Pyongyang como su centro.

Estos cuentos ingeniosos fueron difundidos ampliamente, porque denuncian y satirizan la hipocresía, la codicia y la altanería de los nobles feudales, terratenientes y ricos y reflejan el odio y la condena del pueblo a la clase dominante y otros explotadores.

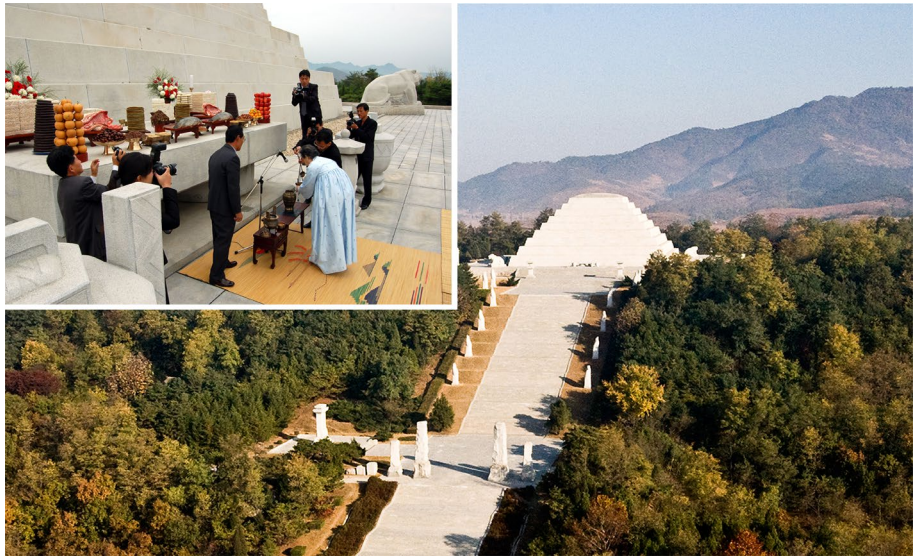
En los cuentos más populares el protagonista vende a los ricos y terratenientes el agua y los patos del río Taedong, la gallina describiéndola como ave fénix y el lago Kwangpho como arrozal, así como entrega al rey un recipiente roto con que se prepara la tinta china y lo engaña para destituir al gobernador de Uiju.

COSTUMBRES Y CEREMONIAS SOCIALES Y HÁBITOS DE LA VIDA LABORAL

Ceremonia en recordación de Tangun

Se celebra en el mausoleo o el santuario de Tangun el 3 de octubre, día de su nacimiento y a la vez de la fundación del Estado.

Se ponen las ofrendas en la mesa, se guarda un minuto de silencio



para loar a Tangun, se le ofrece el licor, se le hace reverencia tres veces y se guarda otro momento de silencio.

Vestimenta de los coreanos

Registrada en la lista representativa del patrimonio cultural intangible de la humanidad de la UNESCO, ocupa un lugar sobresaliente en el patrimonio cultural de la nación coreana.

Por sus formas singulares y hermosura, el atavío coreano es ampliamente conocido en el mundo. Se divide en *jogori* (chaqueta) y en *chima* y *paji* (ropas inferiores) y, según la estación, en *turmagui* y *paeja* (sobretodos).

Las *chima y jogori* llevan el *tongjong* (cuello estrecho y blanco) y *korum* (dos tiras que cierran la abertura de la *jogori*. La *chima* es más larga que *jogori*.

Para confeccionar la ropa coreana se precisan conocimientos y técnicas especiales como la elaboración de diseño, el corte, la insertación del *tongjong* y *korum*, la armonía de colores, el bordado y dibujo de adornos con distintos significados, el adorno y decoración.

Hoy en día, se ven bailar a los coreanos con atavíos tradicionales durante las fiestas o días significativos como la mudanza a nuevos hogares.

Celebración del Año Nuevo

Desde la antigüedad los coreanos atribuyen gran importancia al Año Nuevo.

En sus vísperas las mujeres preparan nuevos trajes para sus familiares, lo cual se llama *solbim* o *sejang*.

En el sentido de que se despide el año viejo y se acoge el año nuevo, limpian, adornan y reparan el interior y exterior de la casa.

También preparan comidas exquisitas que se llaman *sechan*. En la madrugada del año nuevo celebran una ceremonia denominada *charye*, consistente en tributar a los antepasados fallecidos.

Después los menores hacen reverencia a los mayores, de acuerdo a la edad y el grado de parentesco.

Después de recibir los saludos, los ancianos dan turrones de soya o dinero a los niños y agasajan con comidas y licor a los adultos.

Entre los amigos se desean que sus interlocutores hagan realidad el sueño, y este rito se llama *toktam*.

Si uno visita a los mayores que viven a cierta distancia y no los encuentra, deja sobre la mesa una hoja de papel en que los felicita por el año nuevo, lo cua se llama *seham*.

Los juegos folclóricos que hacen en esa ocasión son los de *yut*, *paduk*, *janggi*, salto sobre el balancín, cometa, trineo y molinete. El que más destaca es el *yut* con que se divierte toda la familia, sin distinción del sexo y la edad.

Este día las mujeres se visten al estilo coreano y saltan sobre el balancín. Dicen que así fortalecen las piernas, no se les clavan espinas en la planta y pueden parir el varón. Los niños juegan a la cometa, trineo, molinete y demás juegos folclóricos.

Festejo del *Jongwoldaeborum*

Es el día en que aparece la primera luna llena del año.

Los actos representativos son la diversión en la víspera en torno al palo largo que tiene en su punta las figuras de cinco especies de cereales hechas con cortezas y pulpas de caña de sorgo, la contemplación de la salida de la luna llena y el juego de fogata.

Este día comen el cocido de cinco cereales con el deseo de lograr

buena cosecha y tener cinco fortunas y porque ese plato es bueno para la salud.

Los jugos representativos son la cometa y la lucha de cuerda.

Kudul

Es un sistema de calefacción del hogar nacido y desarrollado en conveniencia a la costumbre de los coreanos que prefieren sentarse en el suelo.

Si se calienta una vez, mantiene el calor por varias horas garantizando de manera continua la alta temperatura del interior de la habitación aún en el invierno.

También elimina el frío y la humedad del suelo, con lo cual previene enfermedades como la neuralgia y la artritis.

Por estar instalado bajo el suelo, ofrece comodidades a la disposición del mobiliario y el uso de la habitación, y de ahí el gran apego a él de los coreanos desde hace muchos años.

Ceremonia del *Chusok*

Chusok cae el 15 de agosto según el calendario lunar y es una de las mayores fiestas tradicionales.

Este día visitan las tumbas de sus progenitores, siegan las hierbas crecidas en el verano y cubren de tierra o césped las partes de los cúmulos afectados por la lluvia. Durante el rito colocan las ofrendas ante la tumba, sirven el licor a los difuntos y les hacen reverencia en orden del grado de parentesco y la edad.

También juegan al columpio, el *sirum* y la lucha de cuerda.

Festín del primer aniversario

Bendecir la salud y vaticinar el provenir del niño el día en que cumple un año de nacido es una costumbre tradicional del pueblo coreano. Se lo viste bonitamente, se prepara una mesa con comidas y otros objetos y se comparte la mesa con los visitantes.

Servicio de mesa

Es una costumbre de los coreanos sentarse en una habitación con suelo caliente y comer los platos servidos en una mesa baja. En esta se sirven las comidas ordinarias, las especiales y las de cortesía.

Además, hay mesas con bebidas y platos y para el cumpleaños, la boda y otras fiestas.

Es original el método de uso de la mesa, los platos, la cuchara y los palillos.

Sirum

Registrado por la UNESCO en la lista representativa del patrimonio cultural intangible de la humanidad, es una lucha de dos personas para medir fuerza e inteligencia en un terreno desocupado.

Según la pierna en que se ata la *satpa* (cinta de entrepiernas), se divide en el *sirum* izquierdo y el derecho. También se enfrenta sin la

satpa, lo cual se llama *mindungsirum*.

Sus técnicas se valen de las manos, el cuerpo y las piernas.

Hay modalidades como las de Phyong-an, Hwanghae y Hamgyong, nombres de las provincias. Existen categorías de infantes, media, superior y de diversión.

Comba

Es un juego infantil de larga historia.

Practicada principalmente por las niñas, le dan vueltas a la cuerda para dar saltos dentro de ese giro o la mantienen fija para saltar sobre ella.

Los métodos de juego son muy variados: uno toma con ambas

manos los extremos de la cuerda y le da vueltas dando saltos; dos le dan vueltas con uno de sus extremos en la mano mientras otros saltan dentro de ese giro; mantienen fija la cuerda a cierta altura para saltar sobre ella, etc.

El juego fortalece los brazos, las piernas y el cuerpo entero y crea un ambiente de alegría y actividades tensas.

Vuelo de la cometa

Este juego comienza a finales de otoño y se prolonga hasta que desaparece el frío al año siguiente, alcanzando su apogeo entre el año nuevo y el 15 de enero según el calendario lunar.

Hay cometas parecidas al águila, con manchas, de cuatro u ocho ángulos.

Se compete para ver quién la hace volar más alto, quién tiene más habilidades. También hay riñas de cometas.

Salto sobre el balancín

Se coloca un sostén en el centro de la tabla, se suben sobre sus ambos extremos y se la pisa fuerte para medir la altura que uno alcanza. Es un juego favorito de las mujeres. Sobre el balancín se puede medir la altura que uno alcanza con el salto y mostrar habilidades en el vuelo.

Su adaptación a los números circenses conforme a los gustos actuales enriquece los sentimientos de la nación.

Yut

Se lanzan hacia arriba cuatro *yut* (palitos) y de acuerdo a los números que salen hacen mover lasa piezas.

Es un juego popular con que los coreanos de distintos sexos y edades se divierten en el Año Nuevo, las fiestas como *Jongwoldaeborum* y en los días de descanso.

Dicen que la tabla de *yut* se rige por el principio de cambio del movimiento cósmico y tiene 29 puntos.

Los cuatro palitos representan las direcciones este, oeste, sur y norte, y sus colores blanco y negro, simbolizan el día y la noche.

Tiro al arco

Para protegerse de las fieras y su existencia, los antecesores cazaban animales y fortalecían el cuerpo, y en este proceso

aprendieron el arte marcial como el tiro al arco y fomentaron la prioridad de los asuntos militares.

El tiro al arco ocupó un lugar importante en el arte marcial del período de la dinastía de Coguryo. Desde la niñez los cogurianos ejercitaban la equitación y el tiro al arco, mostrando sin reservas sus destrezas en los combates contra los invasores foráneos.

Columpio

Por costumbre, todas las coreanas se columpian en las fiestas folclóricas.

Se columpia solo o en pareja, de cara a cara.

En la competencia prevalece el columpio individual.

La victoria se decide por el más corto espacio de tiempo para tocar la campanilla pendiente de lo alto.

Este juego, de ricos sentimientos nacionales, es hoy una disciplina del deporte nacional.

Juego de volante

Es un juego favorito de los niños en que patean el volante hecho con una chapita pesada coronada del trozo de papel o la pluma de ave.

Con un pie o dos pies se patea el volante manteniéndolo en el aire sin que caiga en el suelo. Se cuentan las veces en que se la patea y también se muestran distintas habilidades. Uno puede patear dos volantes a la vez. Dos patean un volante dándolo o recibiéndolo. También se compite en dos grupos.

Con este juego uno aprende a concentrarse y a percibir con exactitud la caída de los objetos. Constituye una técnica básica para el manejo de la pelota.

Trineo

Se monta al trineo sobre el hielo o la nieve.

Tiene dos géneros: uno para sobre el hielo y otro para la nieve.

Se compite para llegar hasta un punto, ir a este punto y volver al punto de partida, así como deslizarse por el paso o la vertiente de una colina. También existe la carrera de relevos.

***Phungsan*, perro nacional**

Este perro goza del amor de los coreanos durante miles de años.

Como raza endémica del país, es muy inteligente, ágil, resistente al frío y las enfermedades y es obtinado en la pelea con otros animales.

En su larga historia el pueblo coreano ha creado su propia y excelente cultura del perro, la cual incluye la cría y domesticación del perro *phungsan*, los métodos de caza con ayuda de él, las obras artísticas y literarias relativas a él, sus ferias, así como las actividades sociales y culturales como el registro, la investigación y la evaluación de esta raza pura, la divulgación y el estudio de conocimientos científicos y técnicos, y la enseñanza.

Hunminjong-um

Significa fonética correcta para enseñar al pueblo.

Creado en 1444, este alfabeto coreano se basa en un principio original para anotar, tal como están, las formas del órgano productor de sonido.

Es ventajoso porque puede reproducir casi cualquier sonido de distintas lenguas extranjeras.

Formado con 28 caracteres, logra la coincidencia del lenguaje escrito y el oral y tiene asegurada su vitalidad hasta hoy en día.

Taekwondo

Es un arte marcial de Corea destinado a defenderse del ataque sin valerse de ninguna arma ni instrumento.

Tae significa talón, *kwon* puño y *do* cultivo espiritual.

Sus 24 *thuls* encarnan el espíritu y el ímpetu del pueblo coreano y llevan los nombres de los generales patrióticos y los acontecimientos trascendentales que dejaron indelebles huellas en la historia nacional.

Hay más de 3 200 movimientos básicos. Su sistema de cualificación

se compone de 10 *kups* (niveles) y 9 *tans* (grados), los cuales se reflejan en el uniforme y el título.

La competencia se realiza en cinco modalidades: *thul* (catá), *matsogi* (enfrentamiento), *wiryok* (demostración de fuerza), *thukgi* (técnica especial) y *hosin* (defensa personal). Como arte marcial tradicional de Corea, se propaga ampliamente en el mundo.

Tejado al estilo coreano

Se ha perfeccionado durante mucho tiempo conforme a los gustos y sentimientos estéticos del pueblo coreano. Se divide en el de tejas, el de paja, el de madera, etc., siendo el primero el estilo tradicional de Corea.

El tejado de cuatro aguas al estilo coreano provoca la sensación de ligereza por colocarse el tejado de dos vertientes sobre el de cuatro vertientes. Los tejados más típicos son los de las construcciones como las puertas Taedong y Pothong y el pabellón Ryongwang de Pyongyang y los templos Pohyon y Taeung del monte Myohyang.

ARTE TRADICIONAL

Canción popular *Arirang*

Es una de las canciones más populares del pueblo coreano.

Desde que se compuso a finales del siglo XIV en la región noroeste del país, ha tenido muchas versiones.

Las melodías son suaves y líricas. Se repite el pasaje *Arirang*, *arirang*, *arariyo*, *arirang/ Pasa la loma*.

Antes describía el dolor de despedida de los amantes, pero hoy refleja la alegría de trabajar y el deseo de ser feliz en un mundo mejor, por lo que concuerda con los gustos actuales.

La UNESCO la incluyó en la lista representativa del patrimonio cultural intangible de la humanidad.

Canción popular *Campánula*

Es cantada frecuentemente por el solo femenino con voz clara y agradable. Plena de sentimientos nacionales tiernos, elegantes, alegres y ligeros, en todas sus melodías rebosa el encanto.

Si bien fue compuesta hace ya mucho tiempo, sigue siendo una de las piezas más favoritas.

Canción popular *Cántico Singosan*

Singosan quiere decir en coreano una nueva región montañosa. La cantaron primero en la entonces provincia de Hamgyong con el título *Cántico Orang* y más tarde, se extendió a la región montañosa de la provincia de Kangwon donde lo cambiaron por el actual.

Describe la alegría de los granjeros de vivir felices labrando con la máquina los arrozales bendecidos por el sistema de irrigación.

Baile con máscara de Pongsan

Oriundo de la antigua provincia de Hwanghae, se hizo famoso por satirizar la vida degenerada y viciosa de los bonzos y nobles feudales.

Tiene combinados el diálogo, el baile y la canción, por lo cual son diversos y particulares los programas de la danza y las charlas cómicas en cada escena. Sobre todo, son animados y activos los movimientos

rechazando una mano o moviéndola al compás del *tharyong*. Es un patrimonio danzario por el contenido progresista y los movimientos de la danza que reflejan el espíritu de la resistencia de los plebeyos contra los gobernantes feudales.

Danza campesina de Yonbaek

De carácter masivo y popular, la bailan cantando al ritmo del tambor y otros instrumentos con el deseo de obtener una rica cosecha o con la satisfacción de haberla obtenido.

En la región de Yonbaek, uno de los graneros del país, alcanzó un alto desarrollo en comparación con otras.

Con intenso matiz nacional y carácter animado, la bailan en masas en actos estatales o en el lugar de distribución de cereales y se inserta en un capítulo en la gimnasia masiva.

Danza folclórica *Tondolari*

Es un baile constumbrista en círculo.

Tiene dos variedades: en la primera las muchachas se recrean viendo flores de marzo en el monte; y en la segunda todos los aldeanos danzan en la fiesta folclórica de mayo según el calendario lunar. Sobresale el baile al compás de los toques de la calabaza con la palma de la mano.

Lo principal en la danza es el ritmo y el movimiento, consistentes alargar la mano, girar la muñeca de diversas formas, el pizzicato con mano, la brazada, el andar inclinando la parte inferior del cuerpo, la flexión del tronco hacia atrás, etc.

Esencia de la danza coreana

Se sabe que los ritmos de la danza coreana son delicados, suaves, vigorosos y muy descriptivos.

La esencia de la danza coreana es una serie de movimientos elementales y estandarizados capaces de expresar claramente sentimientos diversos y ricos y sus características inherentes.

Hay movimientos del cuerpo superior (estirarse, retorcerse, cargar, doblarse, presionar, arrojar, extender los brazos, moverse en forma de ola y emplear las manos) y los movimientos del cuerpo interior (andar, elevar la pierna, pisar, patear, taconear, girarse y brincar).

COSTUMBRES DE LA COCINA TRADICIONAL Y EL RÉGIMEN ALIMENTARIO

Kimchi

Es fermentado con diversas verduras como acelga y nabo, los condimentos y el pescado en salmuera.

Constituye un alimento indispensable en la vida de los coreanos.

Los ingeniosos antepasados cultivaron muchas hortalizas en el otoño para consumirlas en todo el invierno y elaboraron el *kimchi* como alimento secundario de esta estación fría.

Esta costumbre tiene como contenido intercambiar experiencias sobre la elaboración de *kimchi,* saborearlo y compartir la alegría entre los vecinos y los que lo confeccionan.

En la costumbre destaca la preparación del *kimchi* invernal en el mes de noviembre.

Kimchi figura en la lista representativa del patrimonio cultural intangible de la humanidad de la UNESCO.

***Kuksu* en caldo frío de Pyongyang**

Es el plato que más les gusta a los coreanos. Es un manjar especial de Pyongyang e icono de los fideos coreanos.

Oriundo de la región de Pyongyang, se coronan con diversos aderezos el rollo de fideos de alforfón y se le vierte el caldo de carne frío

Su renombre se debe a la originalidad del rollo, el caldo, los aderezos, los condimentos, el plato en que se sirve, la forma en que se

enrollan los fideos y la manera de comerlos.

Se lo pueden degustar en muchos restaurantes como el famado restaurante Okryu.

La UNESCO lo incluyó en la lista representativa del patrimonio cultural intangible de la humanidad.

Sinsollo

Era el nombre de una cacerola-hornillo con estructura singular en que se hierven raras materias comestibles procedentes del monte, llanura y mar.

Ahora *sinsollo* indica la comida cocinada en el hornillo.

Por su buen sabor y forma agradable a la vista, se sirve en el banquete y otros festines importantes.

Onban de Pyongyang

Es apreciado como una comida famosa.

Preferido por los coreanos, tiene una larga historia.

Tiene efectos terapéuticos: refuerza la nutrición, reduce el colesterol, previene el envejecimiento, aminora la glucosa en la sangre y combate el cáncer, la fiebre y la intoxicación. Contiene el aminoácido esencial, los carbohidratos, las vitaminas y los minerales.

Al arroz cocido se le sobreponen el *jijim* (tortilla) de lenteja verde, las tiras de hongo y carne de pollo, se los adorna con los filamentos de huevo y pimiento y echar el caldo hasta que se queden bajo el líquido.

Se prepara aparte un condimento compuesto de cebollino, ajo, sésamo, sal y supersazonador.

Sopa de *tok*

Es la sopa con pedazos de *tok* (arroz blanco cocido y machacado). Representa los manjares del Año Nuevo Lunar y es el alimento principal.

Reúne los efectos medicinales del arroz y de las materias secundarias como la carne de pollo y res y el huevo, por lo cual robustece el bazo y el estómago y es especialmente eficaz a la astenia por la convalecencia de los viejos y niños. Además es una comida ideal para la rehabilitación física y la tonificación de la parturienta.

Hoy en día es un manjar especial para el Año Nuevo y también se consume en los días ordinarios.

Pulgogi

Es la barbacoa al estilo coreano.

En el extranjero se le conoce como *maekjok* que significa alimento de los habitantes de Maekjok del periodo antiguo de Corea, quienes fundaron Coguryo.

El que más descuella es el de la carne de res.

Jijim de lenteja verde

Delicioso y con efectos terapéuticos, es preferido por los coreanos desde la antigüedad.

La lenteja verde previene y cura la arteriosclerosis y lucha el alcoholismo, la diuresis, la intoxicación y la insolación.

Es delicioso y aromático si se fríe la lenteja inmediatamente después de haberla molido.

Hay muchos tipos de *jijim* (tortilla), de los cuales el más apreciado es el de la lenteja verde.

Se la muele con agua y se la fríe con manteca.

Tongjijuk

Esta comida estacional consiste en la gacha de judía roja y las bolitas de la harina de arroz. Comerla es una costumbre de la nación coreana.

Los coreanos consideran el *tongji* (el solsticio hiemal) como el inicio del año y una gran fiesta. Este día escogen, de todos los cereales que han cosechado, la judía roja que es de buen agüero y con ella preparan la gacha.

Arroz con marisco

Es una herencia de la cultura alimentaria que se transmite por los habitantes costeros.

Los materiales principales son almeja y arroz blanco. Se les añaden el pimiento seco, diversos materiales secundarios y condimentos, se los pone sobre la concha, se lo envuelve en una hierba comestible del monte o una hoja de verdura y se la cuece a vapor o se la tuesta.

El plato debe ser picante, la carne de la ostra blanda y los granos de arroz cocido algo duros. Se requiere un poco de aceite y un condimento que sea oloroso.

El mejor arroz de marisco es el de Wonsan.

Sopa picante de *myongthae*

Es una comida elaborada fácilmente en todas las familias coreanas con el *myongthae* (una especie de bacalao) como materia prima y pimentón. La suelen preparar en el invierno y es muy buena para la salud.

Se transmite que en la antigüedad los coreanos la tomaban sudando en el cuarto calentado por el hipocausto durante el invierno en que nieve y prolonga el frío, con el fin de recobrar la energía.

Es ampliamente conocida como especialidad de la provincia de Hamgyong del Norte.

Sungnyung

Esta bebida se obtiene al hervir el agua en la cazuela tras sacar de ella el arroz cocido.

Cuando el arroz está casi cocido, se apaga el fogón y al poco rato se saca el arroz y se vuelve a enceder el fogón. Entonces ya no queda ninguna humedad en el fondo de la cazuela y el arroz pegado en su fondo adquiere el color castaño. Echándole más agua y herviéndolo, se obtiene un lúquido delicioso y aromático.

Sungnyung es una bebida tradicional con larga historia.

Sopa de locha

Es un plato favorito de los coreanos desde hace mucho tiempo.

Cada localidad tiene su propio método de elaboración. El más

apreciado contiene, además de la locha, la soya cuajada, diversos condimentos y las hojas de *Rabdosia japonica* y por último el fruto de *Zanthoxylum piperitum* en polvo.

La locha es conocida como alimento salubre por ser muy digerible, incrementar la energía y recuperar la función hepática.

De ahí que los coreanos suelen utilizarla para hacer la sopa. Sobre todo, la locha otoñal que tiene mucha carne y alto valor nutritivo se hierve entero por un buen tiempo hasta ablandarse y se la consume con aderezos.

Es altamente apreciada la sopa de locha de la localidad de Kaesong.

Jongol

Es un cocido de carne, pescado y verduras en poca agua.

Jongol significa hervir el hueso, pero muchos lo entienden como recalentar la comida ya hecha.

Sus materias primas son carne de res, cerdo, pollo y calamar.

He aquí una leyenda que habla de su origen:

Durante la dinastía de Coguryo, en que una tropa libraba una enconada y prolongada batalla contra los invasores, se les agotaron los víveres y lo único que quedaba era cierta cantidad de comida que los civiles habían entregado a unos soldados y que resultaba difícil de masticar por estar fría y dura. Decidieron juntarla toda y calentarla en una cacerola y resultó ser deliciosa y exquisita. Continuaron empleando ese método y así nació el *jongol*.

***Kuksu* de fécula de patata de Hamhung**

Es conocido como un plato tradicional de las regiones montañosas septentrionales como las provincias de Hamgyong del Sur y Norte y de Ryanggang.

En un principio los lugareños se alimentaban solamente de patatas cocidas y después de pensar mucho en cómo preparar con ellas diversas comidas sabrosas, hallaron los métodos de rallarlas para sacar de ellas el almidón, amasarlo con agua hirviendo para hacer *kuksu* cortándolo delgadamente con el cuchillo y después obtener fideos aún más delgados con la máquina, los cuales se llaman *kuksu* de fécula de patata.

Los de la antigua provincia de Hamgyong, a quienes les gusta mucho el picante, perfeccionaron la comida al añadirle su propio condimento, la pasta de mostaza y el vinagre.

Es un manjar favorito del pueblo coreano e indispensable en su régimen alimentario.

Sujonggwa

Es una infusión de jengibre y canela, con el caqui seco a flote.

El jengibre y la canela, materias primas de la medicina tradicional, hacen picante y aromática el agua en que se hierven. *Kotkamjonggwa* es el otro nombre de esta bebida refrescante, dulce y de buen olor.

Yakbap

Es el arroz glutinoso cocido a vapor en el que se mezcla la miel, el aceite de sésamo y los trozos de frutas. Figura entre los alimentos salubres y es un tonificante que recupera la energía.

Se le incluye el caqui seco que disminuye la tensión arterial, previene la arteriosclerosis, combate males como el escorbuto y la hemorragia de gastritis crónica, eleva la inmunidad y tiene el efecto de la desintoxicación.

Aparece en el menú del Año Nuevo según el calendario lunar.

Jang

Durante miles de años, para los coreanos es un alimento indispensable la soya fermentada con la proteína, el almidón y la sal.

Los antepasados descubrieron que la soya fermentada sabe mejor que la cocida, pues incita el apetito. En un inicio, envolvieron la soya cocida con las pajas de arroz, la pusieron a fermentarse en un suelo caliente y le agregaron la sal. Más tarde, secaron la soya fermentada para pulverizarla y mezclarla con el agua salada. Finalmente inventaron la manera de secarla en forma de bolas enormes y transformarlas en la pasta y la soya.

Cuajada de soya

Se cuaja la proteína de soya con el agua marina. Es una proteína vegetal indispensable en la alimentación de los coreanos. Los

antepasados molieron y cuajaron la soya para servirla a los invitados a las fiestas.

El procedimiento de su elaboración es como sigue: se remoja la soya, se la muele, se la hierve, se la pasa por un filtro, se la cuaja, se le da forma y se la corta en piezas cuadradas.

Se divide en la cuajada cúbica, la seca, la no prensada, la fermentada y la blanda.

Productos marinos en salmuera

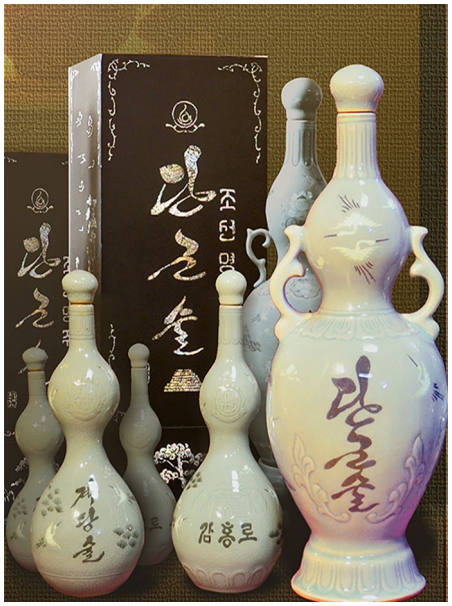
Desde la antigüedad, los coreanos introducen en la vida alimenticia diversos pescados salados.

Se fermentan a cierta temperatura productos marinos, vísceras y condimentos, lo cual los hacen sabrosos y nutritivos.

Despierta el apetito por el sabor agradable y olor especial y es fácilmente digerible.

Son variadas las materias que utiliza, entre ellas los huevos de *myongthae*, los mariscos, el camarón, la ostra y la anchoa.

Licor *Tangun*



Desde hace mucho tiempo en la región de Pyongyang hay muchos manantiales y entre ellos figura el manantial *Adal*. Según cuentan, por ser especiales el sabor y la aroma del licor hecho con esa agua, el rey Tangun, fundador de la Corea Antigua, lo prefería, por lo cual fue muy apreciado como licor famoso del país y se lo servía en actos importantes de la corte.

Después de la muerte de Tangun, en cada ceremonia en recordación del difunto se usa dicho licor. Desde entonces se le llama licor *Tangun*.

Este se ha perfeccionado más por el moderno método de elaboración y constituye un patrimonio excepcional.

Licor *Munbae*

Este licor de larga historia, buen sabor y aroma, no tiene ningún deje desagradable y fue ampliamente degustado por los reyes de la dinastía de Coguryo.

Su auténtico sabor se percibe si se lo elabora con el agua del manantial de la colina Moran de Pyongyang, método que se remonta a muchos años.

El nombre del licor se debe a su delicia y sabor que son idénticos con los del fruto del *Pyrus ussuriensis* que crecen en Pyongyang.

Licor *Riganggo*

Es uno de los tres licores famosos de Corea

Se lo elabora con la famosa pera y jengibre de las provincias de Hwanghae y es un licor de calidad.

De color amarillento y hecho con la levadura, combina armoniosamente el sabor al licor, el dulce y aromático de la pera y el agridulce aromático del jengibre. Se le llama *Riganggo* en el sentido de que es un licor de calidad hecho con pera y jengibre.

Licor *Kamhongro*

Ya antes del periodo de Coryo, los habitantes de Pyongyang lo bebieron con gusto en la primavera y los días festivos. Reza un proverbio coreano: Primero toma el licor y después come el *kuksu*. El mejor licor es el *kamhongro* y el mejor *kuksu* son los fideos en caldo frío de Pyongyang.

Varios libros antiguos lo describen como el primer licor del país.

Con su nombre se titulan incluso un poema antiguo. Su sabor y aroma se comparan con la inteligencia, el noble espíritu y la fragancia del pueblo coreano. Además, contribuye a la longevidad.

Makkolli

Es una bebida tradicional que goza del amor de los coreanos por muchos años. Tiene otras denominaciones como *thaekpaegi*, *thakju* y *thaekmaek*.

Según quien lo elabora, el método y la técnica de su elaboración, un *makkolli* difiere un poco del otro.

Se lo elabora a base de arroz blanco, glutinoso o quebrado.

La costumbre de su elaboración data de miles de años en que existió Coguryo y se mantiene hoy por muchas familias, centros gastronómicos y fábricas alimenticias del país.

BORDADO Y OTRAS ARTESANÍAS TRADICIONALES

Pintura al estilo coreano

Esta técnica que trata de los medios descriptivos y los materiales de la pintura coreana garantiza las características principales de esa pintura: claridad, concisión y delicadeza.

Se basa en el principio de la síntesis y concentración.

Entre sus técnicas se pueden mencionar las de líneas, plumadas, puntos, gradación y miniatura.

Bordado tradicional

Desde la antigüedad, las coreanas se dedican a la bordadura, reflejando en ella sus excelentes cualidades: inteligentes, ingeniosas,

delicadas por fuera, pero fuertes por dentro.

Fue en el periodo de Coryo en que se desarrolló de forma independiente la bordadura consistente en embellecer y decorar las necesidades básicas y representar como en la pintura la naturaleza, la fauna y la flora.

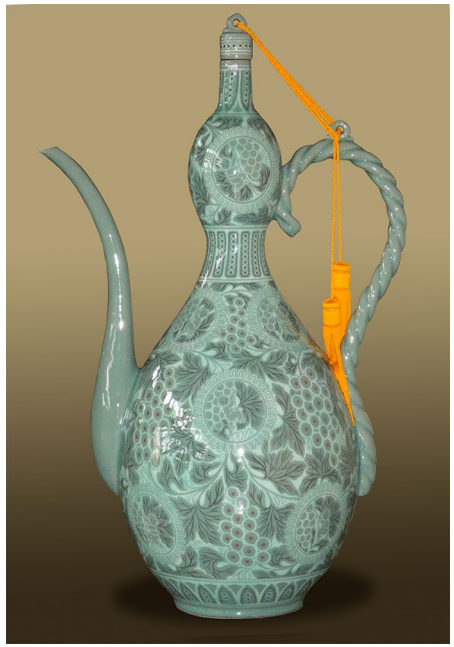
El bordado hace más rico el mundo sentimental del pueblo coreano.

Celadón de Coryo

Es una porcelana verde que data del periodo de Coryo.

Sus hermosas formas, colores y adornos, su peculiar técnica de elaboración y su elevado valor plástico y artístico hacen de él un tesoro del ayer y del hoy.

Su color claro, vívido, suave y tenue corresponde con los sentimientos y gustos nobles de los coreanos y es perfecto desde el



punto de vista artístico.

Alcanza un alto nivel del arte cerámico en la forma, la decoración y el color.

La técnica de su fabricación enriquece el patrimonio cultural intangible de la humanidad.

Artesanía de paja

En Corea este arte data de la Edad Antigua y sigue continuando.

Alcanzó el esplendor en el periodo de Coryo, en que se elaboraron diversos productos como esteras, canastas, sombreros, morrales, cuerdas y redes con *Cyperus exalttus*, lespedeza, junco, mimbre, paja de arroz y maranta.

Hoy sus géneros se diversifican más.

Artesanía de laca

En Corea tiene una larga historia.

Consiste en barnizar con la laca, materia natural, los objetos raros y decorativos.

Se laquean pinturas, objetos incrustados con el nácar o el metal y esculturas.

También se los adornan con papeles dorado y plateado y con polvos de oro y plata.

MEDICINA TRADICIONAL

Acupuntura

La acupuntura con agujas metálicas fue inventada por los coreanos en el año 1 000 antes de nuestra era. En la era paleolítica, los antecesores introdujeron *phyomsok* (acupuntura con la piedra) y porteriormente desarrollaron otros métodos de acupuntura.

Los métodos más avanzados se valen de la electricidad y el láser.

Moxibustión

Es una terapia consistente en poner en diversos puntos del cuerpo la moxa de artemisa seca, hierba medicinal que abunda en el país.

Esta técnica tiene miles de años de historia que se remonta al periodo de la Corea Antigua.

Lo único que se necesita para la moxibustión son la moxa y un espacio donde pueda acostarse el paciente..

Ventosa

En esta terapia participan las ventosas y la bomba de adherencia o los dispositivos de presión acústica.

Las ventosas son de cerámica, vidrio, plástico, bambú, etc.

Son eficaces para tratar enfermedades como bronquitis, pulmonía, asma, gripe, hipertensión, arteriosclerosis, neuralgia, indigestión, diarrea, constipación, parálisis neurálgica, dismenorrea, etc.

Limoterapia en el lago Sijung

El barro del lago Sijung, distrito Thongchon de la provincia de Kangwon, es un recurso natural aprovechado ampliamente en distintos centros sanitarios y sanatorios del país con fines terapéuticos y preventivos.

Es gris pizarra e inodoro.

Combate la artritis, la hepatitis, la gastritis y la inflamación de intestinos delgado y grueso crónicas, la herida externa, las secuelas postoperatorias, las enfermedades del sistema nervioso y las ginecológicas como la disfunción del ovario y la hipoplasia de la matriz.

Balneoterapia de Kyongsong

La arenosa fuente termal de Kyongsong se halla en el distrito homónimo de la provincia de Hamgyong del Norte.

Sus aguas alcalinas que contienen el radón son eficaces para el reumatismo y enfermedades ginecológicas.

La zona está rodeada de una tupida vegetación. Su aire es puro y su paisaje maravilloso.

PATRIMONIO CULTURAL INTANGIBLE DE COREA

Autor: Jo Il Gyong
Redacción: Hwang Jong Ryol, Pak Ui Chol
Traducción: Pak Yong Sam
Ediciones en Lenguas Extranjeras
RPD de Corea
Junio de 2026

ㄱ－ 260880525296

E-mail: flph@star-co.net.kp
http://www.korean-books.com.kp

ISBN 978-9946-0-2842-2

9 789946 028422 >